

01 NCVカメラマン直伝！ ビデオ撮影の基本とコツ

開催日 **10月25日(土)**
開催時間 **10:00～12:00**



ちょっとしたコツを知るだけでビデオ撮影が楽しくなります。お子さんの成長、旅の思い出をたくさん残そう！その他、スタジオ見学あり。

- 対象：一般 ■定員：5～10名
- 材料費：無料
- 持ち物：お持ちのビデオカメラ

会場 **NCV (株)ニューメディア**

TEL **0238-24-2525** 受付時間/9:00～18:00
●住所/米沢市春日4-2-75 定休日/無休

02 たるみ・むくみを解消 美顔コンディショニング

開催日 **10月26日(日)・11月15日(土)**
開催時間 **13:30～14:30**



顔のむくみやたるみは姿勢や骨格のゆがみから、姿勢・表情筋・骨格のゆがみ+食事アプローチ！スポーツトレーナーがコンディショニングのコツをこっそり教えます。

- 対象：一般 ■定員：8名
- 材料費：1,000円
- 持ち物：タオル

会場 **みつば治療院**

TEL **0238-22-5182** 受付時間/9:00～18:30
●住所/米沢市丸の内2-3-13 定休日/水曜日

03 おいしい料理は道具から 包丁研いでみませんか。

開催日 ①**10月10日(金)・17日(金)・27日(月)・11月4日(月)**
②**10月10日(金)・17日(金)・27日(月)**
開催時間 ①**13:30～14:30** / ②**19:00～20:00**



包丁の研ぎ方、手入れの仕方など伝授します。

- 対象：一般 ■定員：1～2名
- 材料費：無料
- 持ち物：包丁(1丁)、手ふきタオル

会場 **太兵衛のこざり**

TEL **090-9539-2512** 受付時間/10:00～17:00
●住所/米沢市鍛冶町4573 定休日/1月1日

04 来年の干支、 紅白の羊で福を呼び込もう！

開催日 **10月14日(火)・28日(火)・29日(水)**
開催時間 **9:30～12:00**



和紙を使って来年の干支、紅白の羊と屏風を作ります。

- 対象：一般 ■定員：3名
- 材料費：1,000円
(和紙の羊工作セット)
- 持ち物：ハサミ、お手ふき

会場 **とんぼ玉と民芸和紙(有)大和屋**

TEL **0238-23-1118** 受付時間/9:00～19:00
●住所/米沢市松が岬2-1-82 定休日/日曜日

05 肩こり知らずの 肩甲骨美人！ 翼があるような子供の背中が目標

開催日 **初回 10月7日(火)・9日(木)・10日(金)**
以下 毎週 火曜日・木曜日・金曜日
開催時間 **火曜日20:30～21:00 / 木曜日10:30～11:00**
日曜日15:30～16:00
ほかご希望の日時をお知らせください。調整いたします。



仕事でPCを使ったり、家事を一日すると肩や首の張りって、かなりですね！肩甲骨を上手に動かすと、スッキリと、楽になります。モビバン体操の体験を！

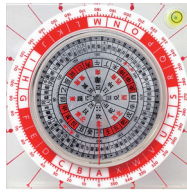
- 対象：頑固な肩こり持ちの方
- 定員：1名または1組
- 材料費：無料
- 持ち物：普段着でOK(スカート不可)

会場 **リメイクからだ**

TEL **090-5595-6913** 受付時間/10:00～20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/ほぼ無休

06 中国伝統風水で あなたの運気を上げましょう！

開催日 **10月26日(日)・11月8日(土)・15日(土)**
開催時間 **13:00～14:30**



中国伝統風水をご紹介します。あなたの運気を上げる方法をお伝えします。人間関係(健康や恋愛も！)やお金に関する運気を上げましょう。今お住まいの家に、あるオマジナイをすと住んでいる方の運気がアップ！成るもならぬもあなた次第！?

- 対象：一般 ■定員：8名
- 材料費：1,000円
- 持ち物：筆記用具

会場 **アイケンリフォーム館 2階**

TEL **0238-23-6510** 受付時間/9:00～17:00
●住所/米沢市桜木町2-51 定休日/水曜日

07 プロに聞く！ 「今の私」に似合うメイク術

開催日 **10月11日(土)・16(木)**
11月3日(月)・8日(土)・15日(土)
開催時間 ①**10:30～12:00** / ②**13:30～15:00**
③**15:00～16:30**



以前教えてもらったメイクのままでもいいの？今の私に似合う色、似合うメイク方法ってあるの？「ちょっとぶり素敵な私」になるメイク方法を伝授します。

- 対象：18歳以上の女性 ■定員：2名
- 材料費：無料
- 持ち物：なし

会場 **ビューティショップながい**

TEL **0238-21-4656** 受付時間/10:00～19:00
●住所/米沢市金池1-5-22 定休日/日曜日

08 一発着付 着物でランチ

開催日 ①**10月23日(木)・30日(木)**
②**10月26日(日)・11月2日(日)**
開催時間 ①**18:30～21:30** / ②**10:00～13:00**



着物を着てランチに出かけます。夜の部もランチ料金です。

- 対象：着方を覚えたい、通う時間が取れない方
- 定員：3名
- 材料費：1,000円(食事代)
- 持ち物：着物、帯(普段着)、小物など(お電話ください)

会場 **布あそび美翔**

TEL **0238-24-2189** 受付時間/11:00～19:00
●住所/米沢市相生町2-66 定休日/水曜日

09 骨盤を鑑定！！ ストレッチポールエクササイズ

開催日 **10月20日(月)・31日(金)**
11月7日(金)・10日(月)
開催時間 **お電話にてご予約ください**



あなたの骨盤鑑定します。きになるゆがみを知り、自分で予防できるエクササイズ・ツールを体験して、カラダの変化を感じてください。

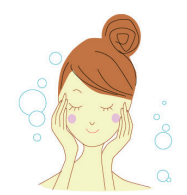
- 対象：妊婦さんやお体に痛みのない方
- 定員：2名または1組
- 材料費：500円
- 持ち物：タオル

会場 **みつば治療院**

TEL **0238-22-5182** 受付時間/9:00～18:30
●住所/米沢市丸の内2-3-13 定休日/水曜日

10 エ～っ！ こんなに入っちゃうの??

開催日 **10月8日(水)・9日(木)・10日(金)**
開催時間 **15:00～16:30**



夏を超えたお肌にうるおいをジャブジャブ補給する秘策を専門家が伝授！秋の乾燥でひび割れる前に今すぐお手当しましょう。肌荒れを隠す魔法もあり??

- 対象：女性 ■定員：3名
- 材料費：無料
- 持ち物：ハンドタオル

会場 **(有)ハヤシ薬局**

講師：ハヤシ薬局 門間
TEL **0238-23-1331** 受付時間/9:00～19:00
●住所/米沢市駅前3-5-10 定休日/日曜日

11 痩せる！痩せる！ 愉しく皆で水中ウォーキング

開催日 ①**10月22日(水)・24日(金)**
②**11月12日(水)・14日(金)**
開催時間 **11:00～12:00**



体重が気になる、最近少したった？膝が痛い等の不快症状が気になる方。活動的な毎日を過ごすために、楽に効率よく動ける体を取り戻しましょう。

- 対象：一般 ■定員：各5組
- 材料費：無料
- 持ち物：水着、ゴーグル、キャップ、タオル

会場 **マイティスイミング倶楽部米沢**

TEL **0238-22-3644** 受付時間/10:00～20:00
●住所/米沢市金池7-8-13 定休日/月末29～31日、祝日

12 ワインのスワリングってご存知??? グラスを回すと おいしくなるワインの不思議

開催日 ①**10月9日(木)・11月6日(木)** / ②**10月23日(木)・11月13日(木)**
開催時間 **19:00～20:30**



A よく見るワイングラスをぐるぐる回すしぐさ、あれって実は深い意味があるんです。これを知ればあなたもワインのセンスアップの入門編。B ワインの格付けチェックをやってみよう！あなたは赤の部屋？それとも青の部屋？予算の範囲内ではありませんが、違いを解説付きて味わってみましょう。の応用編。

- 対象：20歳以上のワインの事いろいろ聞いてみたい方 ■定員：10名程度
- 材料費：A 2,000円、B 3,000円 ■持ち物：筆記用具

会場 **GRAND BAR (グランバー) / 米沢市中央1-11-20**

TEL **0238-24-3100** 受付時間/9:00～19:00
グッティショップカネコまで ※定休日は受付できません。
●住所/米沢市城西3-9-51 定休日/日曜日
ワインの試飲があるので、お車での御来場はご遠慮ください。

13 隠れている疲労も発見 タイ古式セラピーで癒されて!

開催日 初回 10月6日(月)・8日(水)・10日(金)
以下 毎週 月曜日・水曜日・金曜日
開催時間 月曜日10:00~10:30/水曜日15:00~15:30
金曜日17:00~17:30
ほかご希望の日時をお知らせください。調整いたします。

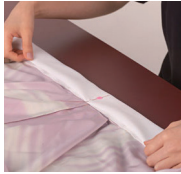


本当は自分で身体を動かして直したいけどタイ式の専門家に任せれば、手が届かないところまでググッと気持ちよくなっちゃう! 終わったあとの身体の軽さは不思議感覚!
■対象:一般 ■定員:1名
■材料費:1,000円
■持ち物:普段着でOK
リラックスできる服装(スカート不可)

会場 **リメイクからだ** (講師:阿部洋子)
TEL 090-6251-1960 受付時間/10:00~20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/ほぼ無休

14 チクチク教室 半衿編

開催日 ①11月6日(木)
②11月15日(土)
開催時間 ①18:30~19:30/②10:00~11:00



長襦袢に半衿をつけます。ちょっとしたコツと手順で美しく、かんたんに。
■対象:縫物が苦手でも半衿くらいは自分でつけたい方。
■定員:3名 ■材料費:756円(半衿代)
■持ち物:長襦袢、針と糸
(電話にてご確認ください)

会場 **布あそび美翔**
TEL 0238-24-2189 受付時間/11:00~19:00
●住所/米沢市相生町2-66 定休日/水曜日

15 足の裏は、あなたの人生です! 足サイズ測定とお悩みアドバイス!

開催日 まちゼミ限定企画で、期間中随時受け付けています。
開催時間 ご予約制になりますので、先にお電話で、ご都合のよい日時をお知らせ下さい。



サイズ間違っている方多いです。正しいサイズは靴選びに最重要! 歩きやすい長靴のアイデアや室内履きの重要性もアドバイス!
■対象:足・膝・腰が気になる方
■定員:1名 ■材料費:無料
■持ち物:普段履きの靴やウォーキングシューズ、長靴もどうぞ。

会場 **オンザウェイ**
TEL 090-5595-6913 受付時間/10:00~20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/ほぼ無休

16 ガラスでしずく型の ペンダントを作ろう

開催日 10月20日(月)・27日(月)
開催時間 10:00~10:40 または 11:00~11:40



バーナーでガラス棒を溶かしてしずく型のペンダントを作ってみませんか? 自分用はもちろん、手作りのプレゼントにしても喜ばれますよ。
■対象:小学生以上 ■定員:2名
■材料費:1,000円
(ガラス・金属パーツ・ガス代)
■持ち物:なし

会場 **とんぼ玉と民芸和紙(有)大和屋**
TEL 0238-23-1118 受付時間/9:00~19:00
●住所/米沢市松が岬2-1-82 定休日/日曜日

17 求む!あなたの脂肪ちゃん キロ1万円でお処分させていただきます!

開催日 初回 10月7日(火)・9日(木)・12日(日)
以下 毎週 火曜日・木曜日・日曜日
開催時間 火曜日10:30~11:30/木曜日15:30~16:30
日曜日20:30~21:30
ほかご希望の日時をお知らせください。調整いたします。



ご不用になりましたプロポ脂肪承ります! 週1回たった30分、4カ月間お通いを! 前回5名さま×2カ月=14キロダウン! まずは説明&加圧体験を。限定4名様。
■対象:一般
■定員:1名
■材料費:1,000円
■持ち物:普段着でOK(スカート不可)

会場 **リメイクからだ**
TEL 090-5595-6913 受付時間/10:00~20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/ほぼ無休

18 初めてでも楽しい! タブレット教室

開催日 10月10日(金)・11月14日(金)
開催時間 10:00~12:00



タブレットって何? アプリって何? そんな疑問もさわって楽しく解決! 初心者、シニアどなたでもどうぞ。
■対象:一般
■定員:4名
■材料費:無料
■持ち物:なし

会場 **auショップ米沢**
TEL 0238-23-2740 受付時間/10:00~19:00
●住所/米沢市門東町2-5-6 定休日/年中無休

19 水が大好きな赤ちゃん と一緒に愉しもう♡

開催日 ①10月20日(月)・11月10日(月)
②10月23日(木)・11月13日(木)
開催時間 11:00~12:15



赤ちゃんスキンシップを第一の目的として、発育・発達を促し、友達を作って愉しく子育てしましょう。いつも以上の肌と肌の密着で、赤ちゃんも安心して愉しめます。
■対象:生後6ヶ月~3歳までのお子さんと保護者
■定員:5組 ■材料費:無料
■持ち物:水着・バスタオル、キャップ

会場 **マイティスイミング倶楽部**
TEL 0238-22-3644 受付時間/10:00~20:00
●住所/米沢市金池7-8-13 定休日/月末29~31日、祝日

20 UVレジンで アクセサリを作ろう

開催日 10月10日(金)・17日(金)・24日(金)
11月7日(金)・14日(金)
開催時間 14:00~15:00



紫外線で固まる樹脂を使ってアクセサリを作ります。これからの季節、プレゼントにもいかがでしょうか。
■対象:女性向き ■定員:3名
■材料費:900円
■持ち物:なし

会場 **ソーインググッズ屋**
TEL 0238-23-1379 受付時間/10:00~18:00
●住所/米沢市中央4-2-16 定休日/第2日曜日

21 本+雑誌+新聞= タブレット!?

開催日 10月8日(水)・22日(水)
開催時間 15:00~16:00

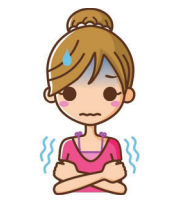


お気に入りの本も、雑誌も、新聞もぜひ〜んぶタブレットにつめてこんで、秋の夜長を楽しみませんか? 文字もお好きな大きさにできて、とても見やすいです!
■対象:一般 ■定員:4名または2組
■材料費:無料
■持ち物:なし

会場 **ドコモショップ米沢春日店**
TEL 0120-028-280 受付時間/10:00~12:00
●住所/米沢市春日1-3-31 定休日/年中無休

22 もう安心して下さい! 恋人に『冷たい手だね』と言わせません!

開催日 まちゼミ限定企画で、期間中随時受け付けています。
開催時間 ご予約制になりますので、先にお電話で、ご都合のよい日時をお知らせ下さい。



これからの寒い時期に、気になる冷え、手先・足先の冷たさにはサヨナラです! 簡単な運動で血流を良くしていきます! そして実は、むくみ解消も期待してネ~
■対象:ぬくぬくになりたい皆さま
■定員:1名
■材料費:1,000円(器具使用料)
■持ち物:普段着でOK(スカート不可)

会場 **リメイクからだ**
TEL 090-5595-6913 受付時間/10:00~20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/ほぼ無休

23 日本茶の 美味しい淹れ方と楽しみ方

開催日 10月28日(火)・11月11日(火)
開催時間 15:00~16:30



玉露、煎茶、焙じ茶のおいしい淹れ方の紹介
■対象:女性向き
■定員:6名
■材料費:無料
■持ち物:なし

会場 **茶蔵 米沢店**
TEL 0238-37-1772 受付時間/10:00~17:00
●住所/米沢市金池5-6-33 定休日/不定休

5 つの種類に分かれています。



01 女優ももう加圧トレー
開催日 ①6月4日(月)・11日(月)
②6月7日(木)・14日(木)
③6月17日(日)

※講座の写真はイメージです。

24 いまさら聞けない！ 基本のメイクレッスン

開催日 **営業時間内いつでも開催します。**
開催時間 **9:30～18:30**



意外と知らない正しいメイク方法をマンツーマンでお教えします。自己流メイクの困った！をメイクのプロがアドバイスいたします。

■対象：一般
■定員：1名または1組
■材料費：540円 ■持ち物：なし

会場 **化粧品専門店 MARUSHO**

TEL **0238-23-4559** 受付時間/9:30～18:30
●住所/米沢市中央1-14-17 定休日/月曜日

25 どうして、こんなに楽なんだろう！ しっかり歩けると風景が変わる！

開催日 **初回 10月6日(月)・8日(水)・10日(金)**
以下 毎週 月曜日・水曜日・金曜日
開催時間 **月曜日15:30～16:15 / 水曜日9:30～10:15**
金曜日14:30～15:15
ほかご希望の日時をお知らせください。調整いたします。



注目されている理由
2本のストックで背筋がシャンと伸び、正しい姿勢に！膝腰への負担も少なくふらつきや転倒予防にオススメです。普段の生活にこそ利用してください。
■対象：杖で歩くのがカッコ悪いと思っている方々
■定員：1名または1組
■材料費：500円(器具レンタル料)
■持ち物：普段着と歩きなれた靴で大丈夫です！

会場 **オンザウェイ**

TEL **090-5595-6913** 受付時間/10:00～20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/ほぼ無休

26 米沢牛とろべこ汁 作りた～い！食べた～い！

開催日 **10月13日(月)・26日(日)・11月9日(日)**
開催時間 **15:30～17:30**



とろべこ汁、いかの塩辛、さんまのガーリックステーキを作ります。

■対象：一般
■定員：4名
■材料費：2,000円
■持ち物：エプロン、包丁、なべ(4人分)

会場 **魚と手づくりお惣菜の店 えだまつ**

TEL **0238-23-0650** 受付時間/10:00～19:00
●住所/米沢市中央7-6-13 定休日/日曜・祝日

27 そこが知りたい 「簿記の基礎のキソ」

開催日 **11月8日(土)**
開催時間 **14:00～15:30**



- ①簿記って難しい？
- ②簿記は古くて新しい！
- ③簿記の仕組み
- ④簿記のナルホド

■対象：簿記に興味のある初めての方どなたでも
■定員：5名 ■材料費：無料
■持ち物：筆記用具、電卓

会場 **星野税理士事務所**

TEL **0238-21-5543** 受付時間/9:30～18:30
●住所/米沢市門東町3丁目2-63 定休日/不定
★10月10日(金)より受付開始

28 美味しい珈琲を飲みながら、 レコードでジャズ入門。

開催日 **10月27日(月)**
開催時間 **19:00～20:00**



L.Pレコード千枚の中からセレクトしたジャズの名演を聴きましょう。コーヒーはお代りもOKです。

■対象：これからジャズ好きになりたい方、もうジャズ好きの方。
■定員：10名
■材料費：無料 ■持ち物：なし

会場 **コーヒー豆とうつわ 豆いち**

TEL **0238-27-1151** 受付時間/10:00～18:00
●住所/米沢市門東町2-1-7 定休日/火曜日

29 子宝予備校 ママ体質へチェンジ！

開催日 **10月6日～24日までの
月曜日～金曜日**
開催時間 **15:00～16:00**



丈夫な赤ちゃんを授かるには？後悔しない妊娠をするには？プレママさんの体つくりの基本をお伝えします。若い方もART中の方も気軽に受けられる講座です。

■対象：女性 ■定員：2名
■材料費：なし
■持ち物：筆記用具、基礎体温表

会場 **ハヤシ薬局**

TEL **0238-23-1331** 受付時間/9:00～19:00
●住所/米沢市駅前3-58-10 定休日/日曜日

30 ネルドリップに近い味 ハリオ式で淹れよう！！

開催日 **10月8日(水)・15日(水)・22日(水)**
29日(水)・11月5日(水)
開催時間 **19:00～20:00**



ヨーロッパでも人気のハリオ式ドリップを使ってしっかりとしていて、雑味の少ない美味しいコーヒーを淹れましょう。ご家庭でもカフェの味！！

■対象：限りなく美味しい珈琲を淹れたい方 ■定員：4名
■材料費：500円
(ハリオ式ドリップパーとフィルター)
■持ち物：なし

会場 **コーヒー豆とうつわ 豆いち**

TEL **0238-27-1151** 受付時間/10:00～18:00
●住所/米沢市門東町2-1-7 定休日/火曜日

31 若者はまた～歩き～はじめる～♪ あなたの青春フォーク！教えてください！

開催日 **10月11日(土)・17日(金)・25日(金)**
11月1日(土)・7日(金)
開催時間 **19:00～20:30**



生ギター伴奏で歌うフォークソングはカラオケよりずっと気持ちいいんです！歌うだけ聴くだけ、お気軽にどうぞ～みんなでワイワイ歌って青春トリップ

■対象：フォークソングで若返り希望の方
■定員：歌いたい方・楽器演奏したい方全員OK！
■材料費：1,000円(楽譜、資料代として)
■持ち物：お歌いたい曲目、MY楽器歓迎(ギター講習あります)

会場 **スープカレー らあじゃ**

TEL **090-5595-6913** 受付時間/10:00～20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/ほぼ無休

32 添加物100%ジュース 大試飲会！

開催日 **10月30日(木)・11月6日(木)・11日(火)・13日(木)**
開催時間 **5:00～16:00**



コンナモノ飲んでたのか！と思わず笑いこぼれる講座。あなたの目の前でファクトレモン&オレンジを作ります。添加物をリアルに実感！食育の話も。

■対象：一般 ■定員：5名
■材料費：無料
■持ち物：筆記用具

会場 **ハヤシ薬局**

TEL **0238-23-1331** 受付時間/9:00～19:00
●住所/米沢市駅前3-58-10 定休日/日曜日

33 おしえちゃいます！！ 「秘伝のトマトソース」

開催日 **10月28日(火)**
開催時間 **12:00～14:00**



当店自慢の手づくり「トマトソース」をつくり、そのソースに合わせたパスタや肉料理を召し上がれ！！

■対象：一般 ■定員：5名
■材料費：1,000円
■持ち物：筆記用具

会場 **イタリアンカフェテラス リーガル**

TEL **0238-21-2709** 受付時間/15:00～17:30
●住所/米沢市門東町3-1-47 定休日/火曜日

34 今ドキッ やまガール&やまボーイ 遭難の仕方教えます！ 座学編

開催日 **期間中随時受け付けています。**
ご予約制になりますので、先にお電話で、ご都合のよい日時をお知らせ下さい。実践トレーニングのスケジュールは、当日のお楽しみです。



山の空気・空・雲・紅葉・山ご飯・温泉！のんびりとゆったりと、楽しみ方で案内！装備知識経験は少しずつでいいんです！秋のトレーニングから山デビューどうぞ！

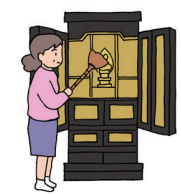
■対象：山をのんびりと歩きたい皆さま
■定員：1名または1組
■材料費：無料
■持ち物：筆記用具、ご自分の登山用品に不安があれば、お持ちください。

会場 **オンザウェイ**

TEL **090-5595-6913** 受付時間/10:00～20:00
●住所/米沢市中央5-3-17 定休日/山に行っている日

35 お仏壇を「そうじ」して みませんか？

開催日 **①10月23日(木) / ②10月29日(水)**
開催時間 **①14:00～16:00 / ②16:00～18:00**



お仏壇を「そうじ」する時のテクニクを伝授いたします。実は簡単にできる方法があるんですよ！

■対象：一般
■定員：3名
■材料費：無料
■持ち物：なし

会場 **源兵衛堂**

TEL **0238-23-0304** 受付時間/9:00～18:00
●住所/米沢市大町4-4-33 定休日/無休

36 芸術の秋、秋のお花、アレンジしませんか？

開催日 ①10月9日(木)・11月13日(木)
②10月17日(金)・23日(木)・11月6日(木)
開催時間 ①11:00～12:00/②14:00～15:00



秋の素材を自分流にアレンジしてもよし！見本どおりにしてもよし！初めての方でも安心してアレンジしていただけます。s floral artおすすめのアレンジをぜひ体験してください。

■対象：一般 ■定員：5名
■材料費：2,500円(花材・器)
■持ち物：はさみ

会場 s floral art

TEL 0238-49-8755 受付時間/9:00～19:00
●住所/米沢市塩井町塩野1493-7 定休日/不定休

37 旬の魚をひと工夫！

開催日 10月16日(木)・11月13日(木)
開催時間 15:30～17:00



秋鮭のハンバーグ
いかの塩辛
さんまの焼ねぎ巻

■対象：一般 ■定員：4名
■材料費：1,000円
■持ち物：エプロン、包丁

会場 魚と手づくりお惣菜の店 えだまつ

TEL 0238-23-0650 受付時間/10:00～19:00
●住所/米沢市中央7-6-13 定休日/日曜・祝日

38 今さら聞けない 仏事マナー講座

開催日 ①10月17日(金)/②11月10日(月)
開催時間 ①18:00～20:00/②14:00～16:00



お焼香は何回するの？数珠の持ち方は？香典・お布施はいくらぐらい？など、仏事のお悩みを、わかりやすく説明します。

■対象：一般 ■定員：10名
■材料費：無料
■持ち物：数珠

会場 まごころ会館 源兵衛堂/米沢市万町町子5379-29

TEL 0238-23-0304 受付時間/9:00～18:00
(有)源兵衛堂まで 定休日/無休
●住所/米沢市大町4-4-33

39 米沢の地酒って何種類？

開催日 10月16日(木)・21日(土)・11月8日(土)
開催時間 14:00～16:00



実は沢山ある地酒。さすが米沢！酒屋だからできる、ゼイタクな飲み比べ！
(注)飲み過ぎちゃうと比べられませんから～
ご希望の方には特別に社長の占いも！

■対象：自分の好み分からない方、普段とは違うお酒にチャレンジしたい方、占いに興味のある方 ■定員：5名
■材料費：500円 ■持ち物：なし

会場 (有)金内酒店

TEL 0238-23-1192 受付時間/9:00～19:00
●住所/米沢市駅前3-4-2 定休日/日曜日
お酒の試飲があるので、お車の御来場はご遠慮ください。

40 初心者でも安心 簡単！ やさしいホームページ作り

開催日 10月9日(木)・15日(水)・22日(水)・29日(水)
開催時間 13:30～15:00



オープンソースのWord Press(ワードプレス)を使った店舗や会社のホームページの作り方。CMS(管理画面)が付いているので専門知識がなくても作成はもちろん、維持、管理、更新がとて簡単に出ます。

■対象：一般 ■定員：10名
■材料費：500円(テキスト・コピー代)
■持ち物：筆記用具

会場 米沢市国際交流プラザ アーカス/米沢市門東町3-1-47

TEL 050-3754-5724 受付時間/9:00～17:00
講師(株)MOIN 伊藤剛まで 定休日/土曜日・日曜日・祝日
※Eメールでも受付可:info@moin.co.jp

41 お持ち帰り付き！韓さんとおしゃべり付き！ カンタン韓国のおかず、おつまみ

開催日 10月29日(月)・11月3日(祝)
開催時間 10:00～13:00



韓国の家庭料理をどなたでも楽しく学べる人気講座。今回は深まる秋の料理を楽しむ、あつたかい料理も学べます。作った料理をみんなで味見したり、おしゃべりしたり、お持ち帰りもできます。

■対象：料理のレパートリーを増やしたい方なら誰でも
■定員：7名 ■材料費：1,000円
■持ち物：ペン、メモ帳、エプロン

会場 グルメ小僧 万吉(講師:韓 福南)

TEL 0238-24-5455 受付時間/9:00～19:00
●住所/米沢市中央4-2-6 定休日/月曜日(祝日は翌日)

42 使っていない土地や建物を活用！ 不動産運用のすすめ

開催日 10月26日(日)・11月9日(日)
開催時間 10:30～11:30



「空家をどうして良いかわからない?」「アパート経営って儲かるの?」「どんなリスクがあるの?」そんな不動産投資の?を分かり易く解決致します!

■対象：一般 ■定員：4組
■材料費：無料
■持ち物：筆記用具

会場 住まいの広場 ランドトラスト

TEL 0238-22-5663 受付時間/9:30～18:30
●住所/米沢市門東町3-3-22 定休日/無休

43 土鍋でご飯！ 「一汁三菜」を学ぶ

開催日 10月20日(月)・11月10日(月)
開催時間 11:00～13:00



日本料理の基本である「一汁三菜」をつくり、日本食の文化に触れてみませんか。土鍋で炊いたご飯を召し上がってください。

■対象：一般 ■定員：5名
■材料費：1,000円(食料費)
■持ち物：エプロン

会場 そばと割烹 なかむら

TEL 0238-21-9308 受付時間/11:30～14:30
●住所/米沢市相生町2-68-8 定休日/月曜日

44 織元の知恵袋 今日から手ぬぐい生活

開催日 ①男塾：10月7日(火)
開催時間 ②なでしこ塾：10月14日(火)
①19:00～20:30 ②10:00～11:30/19:00～20:30



手ぬぐいの良さをお伝えします。もっと身近に手ぬぐいを使ってみませんか?ブックカバーやペットボトル入れなど楽しい使い方も盛りだくさん!

■対象：①男性、②女性
■定員：5名 ■材料費：600円
■持ち物：お手持ちの手ぬぐい1～2枚

会場 米沢織 織元の店 織絵夢人館

TEL 0238-24-5945 受付時間/9:30～17:30
●住所/米沢市城南2-3-88 定休日/日・祝祭日

45 ワインを飲んだ後も楽しめる コルク細工でクリスマスの準備しましょ

開催日 10月19日(日)・11月9日(日)
開催時間 14:00～16:00



ワインのコルクならではの風合いを生かして、マスコットやクリスマスリースを作って自分たちの作品を見ながらワンドリンクで反省会。

■対象：20歳以上のハンドメイドの趣味をお持ちの方 ■定員：10名程度
■材料費：2,000円
(材料費・ワンドリンク・保険料)
■持ち物：筆記用具

会場 GRAND BAR(グランバー)/米沢市中央1-11-20

TEL 0238-24-3100 受付時間/9:00～19:00
グッディショップカネコまで ※定休日は受付できません。
●住所/米沢市城西3-9-51 定休日/日曜日
ワインの試飲があるので、お車の御来場はご遠慮ください。

46 シニア、初心者の方、大歓迎！ パソコンのあれこれ教えます！

開催日 毎週木曜日から火曜日
開催時間 10:00～15:00 ご都合をお知らせください。



ご予約の時に知りたい内容や困っている事を教えてください。文書の作成やインターネット、地図の表示など。
※Windows1に限りです。
お1人様1回で1時間程度の受講になります。

■対象：ノートパソコンを持参できる方
■定員：1名または友人など2名で1組
■材料費：無料
■持ち物：ノートパソコン、筆記用具など

会場 ディスカウントショップ エビスヤ

TEL 0238-23-1150 受付時間/10:00～19:00
●住所/米沢市中央3-8-35 定休日/水曜日

47 織元の知恵袋 今日から風呂敷の達人に！！

開催日 ①男塾：10月21日(火)
開催時間 ②なでしこ塾：10月28日(火)
①19:00～20:30 ②10:00～11:30/19:00～20:30



すぐに役立つ豆知識満載!!日本人だからこそ御風呂敷!!今回男塾も開催。御風呂敷で包んだ一升瓶を片手に、友人を訪ねてみませんか。

■対象：①男性、②女性
■定員：5名 ■材料費：600円
■持ち物：お手持ちの風呂敷(約70～105cm)1～2枚

会場 米沢織 織元の店 織絵夢人館

TEL 0238-24-5945 受付時間/9:30～17:30
●住所/米沢市城南2-3-88 定休日/日・祝祭日

48 秋だ!お得な旅プラン 上手なパック活用術

開催日 10月29日(水)・11月8日(土)

開催時間 11:00 ~ 12:00



内容も料金も充実・満足したい。しっかり者の貴方に、得する裏ワザをアドバイスします!

- 対象:一般
- 定員:3名
- 材料費:無料
- 持ち物:なし

会場 (株)米沢ツーリストサービス

TEL 0238-23-0919 受付時間/9:30~18:00

●住所/米沢市中央3-10-17 定休日/日曜日・祝日

49 読むのも楽しく、見るのも楽しく! おとなのメガネ

開催日 10月16日(木)・11月8日(土)

開催時間 15:00~16:00



最近、新聞や雑誌、携帯のメールが読みにくい、テレビがすつきり見えない方、各種レンズを装着して体験してみてください。

- 対象:一般 ■定員:4名
- 材料費:無料
- 持ち物:あれば使用中の眼鏡

会場 (有)青木堂

TEL 0238-23-0663 受付時間/9:30~19:00

●住所/米沢市中央7-3-16 定休日/毎月4日・19日

50 郷土料理の作り方と 和食のテーブルマナー

開催日 11月12日(水)

開催時間 16:00 ~



上杉伝統の郷土料理を当館総料理長が皆様にお伝し、食事をする際のテーブルマナーもお教えます。

- 対象:一般 ■定員:20名
- 材料費:1,000円(米沢の食材費)
- 持ち物:筆記用具

会場 上杉伯爵邸

TEL 0238-21-5121 受付時間/10:00~17:00

●住所/米沢市丸の内1-3-60 定休日/4月~11月無休

※料理教室ではなく試食と講座です。